

## Diabetiker - Vanille - Eis

Kategorien: Diabetiker, Cremeis

Zutaten für: 2 Portionen

1/4		Vanilleschote
200	ml	Milch
		Fluessiger Suesstoff
1		Eigelb
30	Gramm	Suesse Sahne

### Anleitung:

Grundzubereitung

1. Die Vanilleschote laengs aufschneiden und das Mark herausschaben.
2. Die Milch zusammen mit der Vanilleschote und dem Vanillemark aufkochen und mit Suesstoff suessen, anschliessend die Vanilleschote entfernen.
3. Das Eigelb schaumig schlagen und unter die heisse Milch ruehren.
4. Die Sahne zugeben und alles im Eiswas-serbad abkuehlen lassen. Von Zeit zu Zeit umruehren, damit sich keine Haut bilden kann.

Zubereitung im Eis-Profi

5. Die Vanillemischung zugedeckt 1 Stunde im Kuehlschrank oder 20 Minuten im Gefrierfach vorkuehlen.
6. Dann die Eismasse in den gekuehlten Behaelter der Eismaschine giessen und 20-30 Minuten gefrieren lassen. Eventuell das Vanille-Eis einige Minuten im Eisbehaelter nachfrieren lassen, dabei das Ruehrwerk ausschalten.

Zubereitung im Gefriergeraet

Die Eismasse ohne Zugabe der Sahne zubereiten. Die Sahne steif schlagen und kurz vor dem Einfuellen der Eismasse in einen flachen Gefrierbehaelter unterheben.

Die Eismasse zugedeckt im Gefrierfach 5-7 Stunden bei mindestens -18 Grad festwerden lassen. Dabei mit einer Gabel die aeusseren gefrorenen Schichten oefter nach innen ruehren. Das Vanille-Eis vor dem Servieren ein paar Minuten im Kuehlschrank weich werden lassen.